МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Теоретический тур

Время выполнения заданий **45** минут Максимальное количество баллов – **20**

Задания в закрытой форме

*Из предложенных вариантов ответов выберите один правильный и занесите в бланк ответа в нужном столбце.*

1. **Волейбол, это -…………………**

**а)** подвижная игра; **б)** спортивная игра; **в)** уличная игра;

**г)** азартная игра.

1. **Что объединяет лыжные гонки, фигурное катание на коньках, хоккей с шайбой? а)** олимпийские виды спорта;

**б)** зимние виды спорта;

**в)** сложно-координационные виды спорта;

**г)** экстремальные виды.

1. **Что такое лыжероллеры?**

**а)** короткие лыжи на роликах;

**б)** летний вид спорта;

**в)** спортивное оборудование;

**г)** спортивный снаряд для тренировок лыжников в бесснежное время года.

4. Снайпер – это……………………………

**а)** подвижная игра; **б)** спортивная игра; **в)** уличная игра;

**г)** олимпийский вид спорта.

1. **Основной формой организации физического воспитания в школе является: а)** спортивные секции;

**б)** урок;

**в)** перемена;

**г)** кружки по физкультуре.

1. **В начале урока физической культуры проводится………………**

**а)** учебная игра;

**б)** сдача контрольных нормативов;

**в)** разминка;

**г)** упражнения для спины.

1. **Виды построений на уроке физической культуры: а)** колонна, шеренга, круг;

**б)** линейка; **в)** трапеция; **г)** полукруг.

1. **Упражнения на брусьях относят к ……………..**

**а)** игровым;

**б)** гимнастическим;

**в)** легкоатлетическим;

**г)** лыжной подготовке.

1. **Какое основное физическое качество нужно для бега на длинные дистанции? а)** быстрота;

**б)** гибкость;

**в)** сила;

**г)** выносливость.

1. **Понятие «гигиена» произошло от греческого higieinos, обозначающего…………………**

**а)** чистый;

**б)** правильный;

**в)** здоровый;

**г)** добровольный.

1. **Запиши правильную последовательность церемонии закрытия Олимпийских зимних игр в Сочи:**

**а)** передача флага мэру города будущей олимпиады;

**б)** подъём трёх флагов стран;

**в)** выход спортсменов;

**г)** гаснет огонь.

Задания в открытой форме

*Завершите утверждение, вписав соответствующее слово в бланк ответов.*

1. **Первой ступенью закаливания организма является закаливание………………**
2. **К какому виду спорта относятся предложенные технические приемы игры в таблице:**

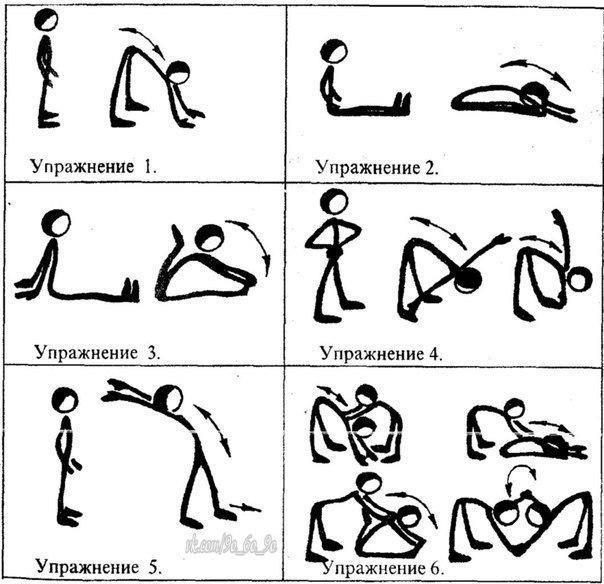
*Необходимо вписать соответствующий вид спорта в бланк ответов.*

|  |  |
| --- | --- |
| Приемы игры | Вид спорта |
| Подача, прием |  |
| Пенальти |  |
| Бросок, ловля |  |
| Спуск, торможение |  |

Задания с иллюстрациями двигательных действий (пиктограммы)

1. **На картинке изображены гимнастические упражнения-пиктограммы. Какие из этих упражнений развивают гибкость?**

*В бланк ответов запишите номера упражнений из предложенных на картинке:*



Задания со схемами

1. **Перед вами схема волейбольной площадки, необходимо:**

*В бланке ответов подписать названия каждой линии волейбольной площадки на указанные стрелками*

